

**LUCAS DE ALMEIDA KNOPF**

**A RELEVÂNCIA DAS HABILIDADES TÉCNICA-COGNITIVAS NO FUTEBOL  
MODERNO: UMA REVISÃO DE LITERATURA.**

Artigo apresentado como Trabalho de  
Conclusão de Curso em Especialização  
em Ciência do Treinamento Desportivo  
do Departamento de Educação Física  
da Universidade Federal do Paraná.

Orientador Prof. Julimar Luiz Pereira

Curitiba

2014

## **RESUMO**

Em jogos coletivos, como no futebol, as demandas mudam constantemente, e, não são previsíveis. Os movimentos com grau elevado de coordenação são amplamente requisitados nas ações do futebol que requerem envolvimento técnico ou simplesmente motor. Para isso há de se desenvolver nos atletas, o desenvolvimento motor e habilidades técnica-cognitivas. O presente estudo visa sintetizar os principais elementos técnico-cognitivos, a importância de sua inserção no treinamento do futebol, desde as categorias de base, e sua relevância no futebol de alto-rendimento. Com isso, poder-se-á sintetizar os principais aspectos a serem observados pelos preparadores físicos e técnicos a fim de subsidiar suas estratégias de treinamento. Foi observado que em situações de jogo que exijam uma percepção sobre o posicionamento dos atletas e sua rápida resposta através da execução de um movimento, combinado ao desenvolvimento das demais habilidades motoras, são características de um jogador diferenciado.

## **PALAVRAS-CHAVE**

Futebol, desenvolvimento motor, habilidade técnica-cognitiva, performance.

## INTRODUÇÃO

O futebol, desde a sua criação, sempre foi um esporte adorado por todos e praticado por multidões no mundo inteiro. Sem distinções raciais, religiosas ou sociais, o futebol encanta a humanidade com sua forma toda particular de jogo. É um esporte dinâmico, que exige de seus participantes diferentes habilidades e capacidades.

Percebe-se que o futebol vem se caracterizando pelo salto qualitativo na área do treinamento e, conseqüentemente, No desempenho dos atletas e das equipes. Concepções técnicas e táticas variadas, didáticas e modelos de treinos diferenciados e a interdisciplinaridade de tratamento dos atletas são algumas mudanças no futebol atual. Muitos ainda acreditam que um bom jogador de futebol nasce pronto, porém dados comprovam que o “dom natural” de um jogador precisa ser direcionado e desenvolvido corretamente (MELO, 1999).

O aprendizado e desenvolvimento de capacidades físicas e motoras são de extrema importância para a realização de atividades específicas recreativas ou competitivas. No futebol competitivo moderno, as habilidades técnicas, juntamente com tomadas de decisões mais desenvolvidas, se forem executadas de uma forma eficácia, podem ser decisivas em uma partida de futebol.

As capacidades coordenativas são responsáveis pela aprendizagem técnica eficaz, pela descoberta de novos gestos motores e pela habilidade adaptativa de movimentos (Carravetta, 2001; p. 85). A coordenação e a técnica específica do futebol são fatores que, além de diferenciar jogadores, influenciam na sua performance. Ao futebolista não basta ter suas capacidades físicas bem aguçadas se não lhe for desenvolvida a capacidade técnica propriamente dita do futebol. Todos os fundamentos do futebol são capacidades técnicas que possibilitam ao jogador manejar a bola de acordo com as necessidades específicas do jogo. Domínio, condução, passe e chute são os fundamentos básicos do futebol, devendo ser considerados dentro do planejamento de treinamentos. Para tanto, a coordenação é indispensável.

Segundo Bompá (2001), não podemos pensar em trabalhar as capacidades físicas de forma isolada. Principalmente no futebol, elas são interdependentes, ou seja, estão em conjunto, mesmo quando uma é mais dominante que outra dependendo da ação analisada. Porém, se analisarmos atualmente no futebol moderno, em situações de jogo que exijam uma percepção sobre o posicionamento dos atletas e sua rápida resposta através da execução de um movimento, combinado ao desenvolvimento das demais habilidades motoras, são características de um jogador diferenciado.

O presente estudo visa sintetizar os principais elementos técnico-cognitivos, a importância de sua inserção no treinamento do futebol, desde as categorias de base, e sua relevância no futebol de alto-rendimento. Esse trabalho poderá subsidiar outros futuros, ampliando as publicações nesta área, além de auxiliar técnicos e preparadores físicos para a importância da estruturação e treinamentos das habilidades específicas (técnica) no futebol.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Tratando-se de uma revisão de literatura, o presente trabalho utilizou-se das principais publicações sobre o desenvolvimento motor e as capacidades técnicas-cognitivas no futebol moderno. A seguir, apresenta-se o desenvolvimento do trabalho.

## **DESENVOLVIMENTO E HABILIDADE MOTORA**

Quando assistimos a uma partida de futebol é possível observar que as condições de jogo mudam constantemente em função da bola e dos jogadores, e para cada contexto de jogo o jogador deve buscar decidir corretamente que movimento realizar, além de executá-lo com perfeição.

O desenvolvimento das habilidades motoras e cognitivas no processo de formação do jogador é um fator significativo para o sucesso nos jogos desportivos coletivos (PEREZ E BAÑUELOS *apud* CAMPOS 2004).

Para compreender como se dá o processo de aprendizagem dessas habilidades, alguns autores consideram que o desenvolvimento se dá por

etapas ou estágios, ligados principalmente à idade e a variedade de experiências (PALANGANA, I. C. , 2001).

Para Gallahue (2005), a fase de desenvolvimento das habilidades motoras especializadas apresenta três estágios: (1) Estágio de transição (estágio de aprender a treinar) Este estágio é caracterizado pelas primeiras tentativas do indivíduo de refinar e associar habilidades de movimento maduro. Nesse estágio de transição ou de aprender a treinar, futuros atletas aprendem como treinar para obter melhor habilidade e performance. Para a maioria das crianças de 8 a 12 anos, este é um período crítico, durante o qual as habilidades de movimento fundamental maduro são refinadas e aplicadas aos esportes e jogos da cultura. (2) Estágio de aplicação (estágio de treinar a treinar) Durante o estágio de aplicação, o indivíduo torna-se mais consciente de seus dotes e limitações físicas pessoais e, assim, dirige seu foco para determinados tipos de esportes, tanto em ambientes competitivos quanto recreacionais. A ênfase está em aprimorar a proficiência, e; (3) Estágio de aplicação ao longo da vida (estágio de treinar para competir/participar) No estágio de aplicação ao longo da vida – treinar para competir/participar - os indivíduos geralmente reduzem o alcance de suas buscas atléticas pela escolha de algumas atividades para se engajar regularmente em situações competitivas, recreativas ou do dia-a-dia.

Sabe-se que para ser feita de forma correta a execução de uma técnica específica no futebol, o desenvolvimento motor do atleta deve ser respeitado e considerado, pois é um processo contínuo e que acontece ao longo da vida do indivíduo. O desenvolvimento motor apresenta uma sequência que se estabelece com o surgimento de modificações qualitativas na execução dos movimentos, resultantes de manifestações maturacionais e da riqueza da estimulação ambiental.

De acordo com Silva (2010), para se desempenhar uma boa habilidade motora é necessário um bom desenvolvimento da coordenação motora, especialmente quando se diz respeito a realização de habilidades esportivas e das técnicas dos esportes. Com o treinamento das capacidades motoras, especialmente a coordenação motora, as habilidades são aprimoradas, e isso ocorre no decorrer do processo de desenvolvimento humano. Os movimentos com grau elevado de coordenação são amplamente requisitados nas ações do

futebol que requerem envolvimento técnico ou simplesmente motor. Para Bianco (*apud* CAMPOS 2004), os jogadores devem ser capazes de executar movimentos precisos, assim como de realizar decisões corretas.

## **HABILIDADE TÉCNICA-COGNITIVA E PERFORMANCE NO FUTEBOL**

A técnica é definida por Greco (1998) como a concretização de respostas para soluções de tarefas ou problemas motores. A técnica individual é a representação de todo um repertório de gestos próprios da especialidade esportiva empregada (BAYER *apud* GRECO 1998). As técnicas individuais, durante a prática de jogo são adaptadas às condições e situações do jogo e ao tipo somático do jogador, utilizando a maneira mais formal e econômica para alcançar seu objetivo no jogo (Voser; Guimarães; Ribeiro 2006).

Habilidade é a capacidade de atingir um resultado com o mínimo de tempo e energia. No caso das habilidades esportivas, é o refinamento das capacidades físicas para realizar um gesto motor de determinada atividade esportiva.

Segundo Freire (2006), a combinação de habilidades inespecíficas, aplicadas a um contexto particular, pode resultar em uma habilidade esportiva. O autor ainda cita que as habilidades específicas do futebol desenvolvem-se a partir das habilidades gerais. As principais habilidades citadas por Freire (2006) são: passe, controle de bola, condução, desarme, drible, cabeceio, finalização. Uma breve descrição de cada habilidade será feita a partir de conceitos e classificações proposto por Freire (2006) e Voser (2006).

**Finalização:** pode ser feito com o pé, cabeça, peito ou até mesmo barriga, para alcançar o objetivo maior do jogo que é o gol. Algumas habilidades motoras são importantes no ato de finalizar: correr, apoiar-se, chutar.

**Passe:** É o ato de entregar a bola diretamente ao companheiro ou lançá-la em um espaço vazio. O passe é a ação que tornou o esporte, um esporte coletivo.

**Controle de bola/domínio:** A habilidade de reter a bola em condições de realizar uma jogada. Pode ser feita com os pés, peito, cabeça, coxa, etc.

Durante uma corrida, salto ou parado. O controle é condição de base para qualquer jogada no futebol.

**Desarme:** Principal recurso da defesa. Abordagem ao oponente, buscando obter a posse de bola. Pode ser feito antecipando a bola antes que ela chegue ao seu adversário.

**Lançamento:** É uma modalidade de passe, e é o ato de chutar a bola para um companheiro distante. É necessário ter uma boa noção de espaço, uma ótima habilidade para conduzir a bola e com boa força de chute.

**Cabeceio:** é o ato de golpear a bola com a cabeça. É uma habilidade usada tanto para defender quanto para atacar.

**Drible:** É a habilidade de evitar que o adversário desarme o jogador que tem a posse da bola enquanto este a conduz ou controla. O drible exige velocidade na condução da bola.

**Condução:** É a habilidade que permite ao jogador ir de um ponto a outro do campo, sem ser desarmado, antes de efetuar um cruzamento ou outra jogada qualquer. Pode ser classificada quanto à trajetória e à execução: retilínea ou sinuosa (trajetória) e face interna, face externa, solado, ou dorso do pé (execução).

As capacidades coordenativas dizem respeito à técnica do jogador. As estatísticas mostram que, em um jogo de futebol disputado em um campo com dimensões oficiais e com duração de 90 minutos, o jogador executa, em média, 50 ações técnicas. Tais ações compreendem passe, domínio, condução de bola, desarme, corridas sem bola, etc. Assim, a participação ativa do jogador é manifestada com intervalos passivos de, em média, 1,8 minuto (Godik, 1996; p. 35).

Gomes e Machado (2001) contemplam que as capacidades de coordenação formam-se, antes de tudo, no processo de treinamento de diversificadas ações técnicas e táticas. Segundo os mesmo autores, a melhora ou o rápido domínio de um gesto motor, diga-se aqui coordenado, depende também da formação de algumas habilidades perceptivo-motoras específicas, que acabam por interferir de forma positiva ou negativa na execução deste. Estas habilidades podem ser a percepção espaço temporal, percepção e conhecimento corporal, e domínio multilateral.

Os movimentos com grau elevado de coordenação são amplamente requisitados nas ações do futebol que requerem envolvimento técnico ou simplesmente motor. O desenvolvimento adequado desta capacidade motora, na concepção de Gomes e Machado (2001), influenciará a realização de atividades com maior segurança, proporcionando maior satisfação em realizá-las.

De acordo com Schmidt e Wrisberg (2001), os movimentos de indivíduos habilidosos são caracterizados por um controle mais eficiente e uma coordenação suave das articulações e dos músculos, além da diminuição no gasto de energia. Também são capazes de manter a atenção por mais tempo e de identificar os pontos mais relevantes da tarefa. À medida que os indivíduos melhoram suas habilidades, as demandas de atenção para realização dos movimentos diminuem, e assim, tornam-se mais hábeis em identificar e corrigir erros que ocorrem. Conforme Ladewig, Cidade e Ladewig (2001), a seleção de informações ambientais se divide em captação de informações relevantes e descarte de informações irrelevantes relacionadas ao objetivo. Assim, os executantes podem avaliar as demandas da tarefa, determinar as ações mais apropriadas e analisar eficientemente os resultados de sua performance (SCHMIDT; WRISBERG, 2001).

No futebol podem ocorrer situações em que o jogador toma decisões corretas, porém não realiza com precisão as habilidades motoras, assim como podem existir situações em que o jogador possui dificuldades no processo de tomada de decisão, mas possui habilidades motoras apuradas.

CHELLADURAI E ALISON (1998) conceituam a tomada de decisão como a capacidade de tomar uma alternativa diante de várias possibilidades de acordo com as exigências do meio como, o que fazer, quando e como fazer. Para estes autores o enfoque dado à tomada de decisão na perspectiva cognitiva é a racionalização da tomada de decisão. A tomada de decisão é racional quando define o problema de forma clara, identifica aspectos relevantes e ordena as alternativas de acordo com o grau de importância.

As habilidades motoras e cognitivas são indissociáveis, ambas participam concomitantemente do processo de execução do movimento. Elas constituem um dos alicerces da competência motora. Essa competência, segundo PERES (1995) *apud* SOTO (2000), refere-se à capacidade do



indivíduo de resolver problemas, enfrentar situações, organizar, planejar, transformar o meio, sentir-se competente, ter conhecimento dos processos e atitudes adaptando-se a situação presente. Portanto, o êxito no futebol depende da integração das habilidades motoras e cognitivas.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Constata-se, por muitos autores, que as habilidades técnicas, juntamente com tomadas de decisões mais desenvolvidas, se forem executadas de uma forma eficácia, são decisivas em uma partida de futebol. No futebol moderno, o jogador diferenciado é aquele que, desde a sua infância, apresenta um grande desenvolvimento coordenativo e motor, combinados à uma percepção sobre o posicionamento dos atletas e sua rápida resposta através da execução de um movimento. Portanto, o treinamento técnico e cognitivo do futebol deve ser considerado essencial para sua prática.

## REFERÊNCIAS

BOMPA, T. **A periodização no treinamento esportivo**. Barueri, SP: Manole, 2001.

CAMPOS, R. S. **Estudo comparativo das habilidades motoras e cognitivas em praticantes de futebol de diferentes locais de práticas**. 2004. 108 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física, no Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas) – Universidade Federal do Paraná. 2004.

CARRAVETTA, Élio. **O jogador de futebol. Técnicas, treinamento e rendimento**. Porto Alegre: Mercado Aberto, 2001.

CHELLADURAI, P.; ALISON, J. Styles of decision making in coaching. **Applied sport psychology personal growth to peak performance**. WILLIAMS, J. M. (Ed). California, 1998.

FREIRE, J. B. **Pedagogia do futebol**. 2 ed. Campinas: Autores Associados, 2006. 98 p.

GALLAHUE, DL. **Conceitos para Maximizar o Desenvolvimento da Habilidade de Movimento Especializado**. *Rev. da Educação Física / UEM*. V.6, n.2, p.197-202, 2005.

GODIK, Mark Alexandrovich. **Futebol. Preparação de futebolistas de alto nível**. Londrina: Editora Grupo Palestra Sport, 1996.

GOMES, A. C.; MACHADO, J. A. **Futsal: metodologia e planejamento na infância e adolescência**. 1ª ed. Londrina: Midiograf, 2001.

GRECO, P.J. **Iniciação esportiva universal 2: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube**. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.

LADEWIG, I; CIDADE, E. R ; LADEWIG, J. M. **Dicas de aprendizagem visando aprimorar a atenção seletiva em crianças**. In: Avanços em comportamento motor, Luiz A. Teixeira (Editor). Rio Claro: Editora Movimento, 166-197, 2001.

MELO, R S. **Trabalhos Técnicos para Futebol**. Rio de Janeiro. Editora Sprint, 1999.

PALANGANA, I. C. **Desenvolvimento e aprendizagem em Piaget e Vygotsky: a relevância do social**. 3 ed. São Paulo: Summus, 2001.

SCHMIDT, R; WRISBERG, C. **Aprendizagem e performance motora: abordagem da aprendizagem baseada no problema.** Porto Alegre: Artmed, 2001.

SILVA, S. A. **Bateria de testes para medir a coordenação com bola de crianças e jovens.** 2010 154 p. Tese (Doutorado). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.

SOTO, L. F. El juego: una propuesta metodológica activa. In **Revista digital efdeportes.** Buenos Aires, n 22, jun de 2000. Disponível em <<http://www.efdeportes.com>>. Acesso em 18 jun, 2004.

VOSER, R. C; GUIMARÃES, M. G. V.; RIBEIRO, E. R. **Futebol: história, técnica e treino de goleiro.** Porto Alegre: EDIPUCRS, 2006.190 p.